

★の詳細は使用食材原材料一覧表に記載があります

明細献立表 (8東部)

令和8年6月1日月曜 ~ 令和8年6月30日火曜

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	15(月)
B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	背割りコッペパン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	★メロンパン	ごはん
大根と厚揚げのみそ汁 だいこん 20. にんじん 10. えのきたけ 5. 厚揚げ 30. 長ねぎ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.5	具だくさんみそ汁 はくさい 20. だいこん 15. たまねぎ 15. にんじん 10. ごぼう 10. えのきたけ 5. 長ねぎ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.	鶏ごぼう汁 鶏モモ肉 20. にんじん 10. だいこん 20. ごぼう 10. えのきたけ 5. 長ねぎ 3. かつお厚削り(ダシ) 1.8 白しょうゆ 3.5 酒 1. 塩 0.3	かきたま汁 ★細切かぼ 5. たまねぎ 20. えのきたけ 5. にんじん 10. 卵 20. 小松菜 3. 塩 0.3 白しょうゆ 3. 酒 1. かつお厚削り(ダシ) 1.8 でんぷん 0.5	白菜スープ 鶏ムネ肉 10. じゃが芋 15. にんじん 10. たまねぎ 10. はくさい 25. ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. 塩 0.5 白しょうゆ 2. こしょう 0.02	さばとたけのこのみそ汁 ★たけのこ(切) 15. たまねぎ 20. ★さば缶 5. にんじん 10. だいこん 15. ★豆腐(凍) Fe添加 15. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.	いも団子汁 鶏ムネ肉 10. にんじん 10. だいこん 20. えのきたけ 5. ★いも団子 25. 長ねぎ 3. かつお厚削り(ダシ) 1.8 白しょうゆ 4. 塩 0.15 酒 1.	五目スープ 鶏ムネ肉 15. たまねぎ 15. はくさい 25. ★なると 5. きくらげ(切) 0.5 長ねぎ 3. ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. 白しょうゆ 3.2 塩 0.3 こしょう 0.01 でんぷん 0.5	みそけんちん汁 ごぼう 10. にんじん 10. だいこん 20. こんにゃく 10. ★豆腐(凍) Fe添加 20. 長ねぎ 3. かつお厚削り(ダシ) 1.8 酒 1. みそ 7	コーンポタージュ 鶏ムネ肉 10. たまねぎ 20. ★ｺｰﾝﾊﾟｰｽﾄ 20. ホールコーン 15. パセリ 0.2 ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. ★バター 0.8 ★ホワイトルウ 7. 牛乳 20. ★生クリーム 5. 塩 0.4 こしょう 0.02	みそキムチ汁 豚肉(肩・もも) 10. たまねぎ 20. にんじん 10. はくさい 15. 焼き豆腐 20. ★白菜キムチ漬 8. 長ねぎ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.
肉じゃが 豚肉(肩・もも) 35. たまねぎ 10. しらたき 10. じゃが芋 35. にんじん 5. いんげん(凍) 5. 油P 1. みりん 2. さとう 2. 塩 0.1 しょうゆ 4. 酒 1. 水 25.	鶏肉の塩こうじ焼き ★鶏もも肉(下味) 1. 個	イカカツ ★イカカツ 1. 個 揚げ油 6. 中濃ソース 5.	さんまのかば揚げ ★さんま(でんぷん付) 1. 切 揚げ油 5. さとう 2. しょうゆ 3. みりん 3. 水 2. 白いりごま 0.5	ワンフルトマトソース ★ワンフルト 1. 本 トマトピューレ 4. ケチャップ 2. 中濃ソース 2. さとう 0.3	キムタクごはんの具 豚肉(肩・もも) 30. たまねぎ 20. 長ねぎ 5. ★白菜キムチ漬 15. ★つば漬 5. 酒 1. みりん 1. ごま油 0.5	アジフライ ★あじ松葉開きフライ 1. 個 揚げ油 5. 中濃ソース 6.	厚揚げとひき肉のピリ辛炒め ごま油 0.8 にんにく 0.2 しょうが 0.2 豚ももひき肉 20. 酒 2. 厚揚げ 30. にんじん 10. たまねぎ 20. 大豆の華 粒 3. しょうゆ 3. みりん 3. さとう 0.5 ★コチュジャン 0.8 でんぷん 0.5	ﾊﾞｰと豚肉のｷﾞｯﾌﾟ あえ ★豚レバー(下味) 25. 豚もも肉(揚げがらめ用) 35. でんぷん 12. 揚げ油 7. 中濃ソース 4. ケチャップ 7. さとう 1. 水 2. カレー粉 0.15	ﾎﾟｯﾄとﾁｰｽﾞのｶｯﾌﾟ 焼き じゃが芋(凍) 47. ★(練)シヨルﾀﾞｰｰｰｰｰ 9. オリーブ油 2.7 塩 0.3 黒こしょう 0.02 ★ｼﾞｬﾚｯﾄﾁｰｽﾞ 12. 紙カップ 1.	あんかけ肉団子 ★五目野菜肉だんご 2. 個
たくあんあえ はくさい 35. きゅうり 5. 小松菜 5. ★細切たくあん 10. 白しょうゆP 0.5 さとう 0.05	さわやか梅サラダ ｺﾝﾖｸ寒天 1. キャベツ 25. にんじん 5. きゅうり 5. さとう 0.4 海水塩 0.05 白しょうゆP 2. ★カリカリ梅 1.	のり酢あえ はくさい 35. きゅうり 5. にんじん 5. ほうれんそう 5. 角きざみのり 0.5 さとう 0.1 米酢 1.5 白しょうゆP 2.5 油P 0.4	ブロッコリーサラダ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(凍) 15. キャベツ 25. きゅうり 5. にんじん 5. 米酢 1. 海水塩 0.2 油P 0.5 さとう 0.5 白しょうゆP 1. こしょう 0.01	かぼちゃサラダ かぼちゃ(冷) 35. きゅうり 5. にんじん 5. 海水塩 0.3 黒こしょう 0.02 油P 1. 米酢 1.	キャベツの香味あえ 小松菜 5. きゅうり 5. キャベツ 30. にんじん 5. ごま油 1. 白しょうゆP 2.5 米酢 1. 白いりごま 1.	なめたけあえ キャベツ 30. きゅうり 5. にんじん 5. ★なめたけ 8. 白しょうゆP 0.8	大根のナムル きゅうり 5. だいこん 35. にんじん 5. 白しょうゆP 2.5 ごま油 1. 一味唐辛子 0.01 白いりごま 1.	キャベツのごまあえ キャベツ 35. きゅうり 5. にんじん 5. 白すりごま 2.5 さとう 0.8 白しょうゆP 2.5	春雨サラダ マロニー 5. きゅうり 5. キャベツ 20. にんじん 3. 米酢 1. さとう 0.5 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 ごま油 0.5	こんぶあえ キャベツ 35. きゅうり 5. にんじん 5. 塩こんぶ 0.7 海水塩 0.1 白しょうゆP 1.
									ミルメーク(ココア) ★ミルメーク(ココア) 1. 個	

分量は小学校中学年を基準にしています。小学校低学年は0.9、高学年は1.2、中学校は1.3の係数をかけたものが実際の分量となります。なお、各食品の分量の単位は g です。

★の詳細は使用食材原材料一覧表に記載があります

明細献立表 (8東部)

令和8年6月1日月曜 ~ 令和8年6月30日火曜

16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	29(月)	30(火)
B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	B
ごはん	ごはん	ごはん	コッパパン	ごはん	玄米入りごはん	ごはん	ごはん	コッパパン	ごはん	ごはん
さわに椀 豚肉(肩・もも) 15. ★たけのこ(切) 5. にんじん 10. だいこん 15. えのきたけ 5. ★細切かぼち 5. 塩 0.3 白しょうゆ 3. 酒 1. かつお厚削り(ダシ) 1.8	こんにやく麺スープ ★こんにやく麺 35. 豚肉(肩・もも) 10. ★なると 5. キャベツ 15. ★たけのこ(切) 10. 長ねぎ 3. しょうが 0.2 にんにく 0.2 ポークガラスープ 5. 味噌がらスープ 5. 酒 1. 白しょうゆ 5. 塩 0.1 黒こしょう 0.02	豆腐とわかめのみそ汁 はくさい 15. にんじん 10. だいこん 20. えのきたけ 5. ★豆腐(凍) Fe添加 20. わかめ 0.3 チンゲンサイ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7. 赤魚のねぎねぎソース 赤魚 1. 個 長ねぎ 3. しょうが 0.2 にんにく 0.2 油P 0.3 さとう 0.8 しょうゆ 2.4 酒 1.2 トウバンジャン 0.05	ABCスープ 鶏ムネ肉 5. セロリー 2. たまねぎ 20. にんじん 10. キャベツ 20. 塩 0.3 こしょう 0.02 しょうゆ 3.5 味噌がらスープ 5. マカロニ(ABC) 3. オムレツマトソース ★プレーンオムレツ 1. 個 トマト水煮 5. トマトピューレ 3. にんにく 0.1 オリーブ油 0.5 ケチャップ 2. 中濃ソース 1.5 さとう 0.4 塩 0.1 黒こしょう 0.01 オレガノ 0.01 のりマヨサラダ もやし 35. にんじん 5. ほうれんそう 5. きゅうり 5. 白しょうゆP 1. 角さざみのり 0.2 ノエックマヨネーズ(サラダ) 7.	ポトフ セロリー 3. たまねぎ 15. にんじん 10. 鶏モモ肉 15. ジャガ芋 15. キャベツ 15. 白ワイン 1. 塩 0.2 こしょう 0.02 ベジダシ 3. 白しょうゆ 2.5 メンチカツ ★メンチカツ 1. 個 揚げ油 5. 中濃ソース 6. ごぼうマヨサラダ ごぼう(切) 35. きゅうり 5. にんじん 5. ホールコーン 5. ノエックマヨネーズ(サラダ) 6. 海水塩 0.25 黒こしょう 0.02 米酢 1.5 フルーツポンチ ★甘夏みかん缶 30. ★白桃缶 30. ★シャインマスカットゼリー 15.	ポークカレー しょうが 0.2 にんにく 0.2 豚肉(肩・もも) 30. たまねぎ 40. にんじん 20. ジャガ芋(凍) 25. 油P 1. 塩 0.2 カレー粉 0.05 ケチャップ 5. おろしりんご(ピ) 5. チャツネ 1.5 カレールウ 11. しょうゆ 2. 中濃ソース 2. ガラムマサラ 0.01 ウィンナーとキャベツのソテー ★野菜入りソーセージ(切) 20. キャベツ 30. にんじん 7. ピーマン 5. ホールコーン 10. 油P 1. しょうゆ 1. 塩 0.3 こしょう 0.02 でんぷん 0.5 ポテトサラダ ジャガ芋(凍) 40. にんじん 5. きゅうり 5. 海水塩 0.3 黒こしょう 0.02 油P 1. 米酢 1.	ジュリエンスープ 豚肉(肩・もも) 5. たまねぎ 20. にんじん 10. キャベツ 25. 味噌がらスープ 5. 塩 0.3 白しょうゆ 4.5 こしょう 0.02 鶏のレモンソース 鶏ムネ肉 1. 枚 でんぷん 6. 揚げ油 7. 白しょうゆ 2.5 さとう 2.5 レモン汁(凍) 2.5 みりん 2.5 蒸しぎょうざ ★ギョーザ(蒸し) 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1.5 もやしの中華サラダ もやし 35. きゅうり 5. にんじん 5. わかめ 0.5 白しょうゆP 2.5 さとう 0.4 米酢 1. ごま油 0.5	凍り豆腐入り麻婆汁 ごま油 0.5 豚ももひき肉 15. しょうが 0.1 にんにく 0.1 たまねぎ 15. にんじん 15. ★たけのこ(切) 5. こおり豆腐 1. ★豆腐(凍) Fe添加 30. 小松菜 3. みそ 5. さとう 0.3 味噌がらスープ 5. しょうゆ 2.3 オイスターソース 1. トウバンジャン 0.1 蒸しぎょうざ ★ギョーザ(蒸し) 2. 個 米酢 1.5 白しょうゆP 1.5 もやしの中華サラダ もやし 35. きゅうり 5. にんじん 5. わかめ 0.5 白しょうゆP 2.5 さとう 0.4 米酢 1. ごま油 0.5	ミネストローネ にんにく 0.2 豚肉(肩・もも) 10. たまねぎ 20. にんじん 10. ジャガ芋 15. 大豆(凍) 10. パセリ 0.2 トマト水煮 10. ケチャップ 10. 味噌がらスープ 5. 塩 0.7 こしょう 0.02 オリーブ油 0.5 やさいグラタン ★やさいグラタン(乳小麦なし) 1. 個 コーンサラダ キャベツ 30. きゅうり 5. ホールコーン 10. にんじん 5. 米酢 1. こしょう 0.01 海水塩 0.25 油P 1. あんずジャム ★あんずジャム 1. 個	和風ハバーグ おろしソース ★国産ハバーグ 1. 個 しょうゆ 3. さとう 1.5 米酢 1. だいこん 10. 水 2.5 いわしのおかか煮 ★いわしのおかか煮 1. 尾 豆乳いちごグループ ★豆乳いちごグループ(乳卵小麦なし) 1. 個	豚汁 豚肉(肩・もも) 15. 酒 1. ごぼう 7. たまねぎ 10. にんじん 10. だいこん 10. ジャガ芋 15. 突こんにやく 10. 長ねぎ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7. もやしひじきサラダ もやし 35. きゅうり 5. にんじん 5. ひじき(ドライパック) 5. さとう 0.4 白しょうゆP 2.5 油P 0.5 米酢 1. 白いりごま 1.

分量は小学校中学年を基準にしています。小学校低学年は0.9、高学年は1.2、中学校は1.3の係数をかけたものが実際の分量となります。なお、各食品の分量の単位は g です。

令和8年度6月分 使用食材原材料一覧表(小学校・中学校共通)

裏面あり

以下の食品は、アレルギー症状誘発の原因となりにくく、主治医の指示がない限り、除去する必要がないものです。
 【卵】卵殻カルシウム【乳】乳糖、乳清焼成カルシウム【小麦】しょうゆ、酢、みそ【大豆】大豆油、しょうゆ、みそ【ごま】ごま油【魚類】かつおだし、いりこだし、魚醤【肉】エキス

松本市東部学校給食センター

食品名	原材料	特定原材料 準特定原材料
主食、デザート等(アレルギー対応食提供対象外)		
【基本】コッペパン、背割りコッペパン、まるパン(Cコースのみ)	小麦粉、砂糖、塩、脱脂粉乳、米粉調整品、イースト、ショートニング	小麦、乳
メロンパン	基本のコッペパンの生地を丸型に成型し、メロンビスをのせて焼いたパン メロンビスの原材料は小麦粉、砂糖、マーガリン(乳、大豆の成分を含む)、塩、膨張剤、香料(乳の成分を含む)	小麦、乳、大豆
あんずジャム	あんず、砂糖、水あめ、ゲル化剤、酸味料、酸化防止剤、pH調整剤	
豆乳いちごグループ(乳卵小麦なし)	豆乳、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖、水あめ、植物油(大豆の成分を含む)、米粉、いちご、砂糖、ぶどう糖果糖液糖、いちご果汁、ぶどう糖、大豆粉、レモン果汁、しょうゆ(小麦不使用)、加工でんぷん、トレハロース、増粘剤、乳化剤(大豆の成分を含む)、ゲル化剤、香料、ビタミンC、安定剤、酸味料、カラメル色素、メタリン酸ナトリウム、紅麴色素、ピロリン酸第二鉄、膨張剤、カロチノイド色素(内容量30g)	大豆
ミルメーク(コッペ) 【液状タイプ】 <紙パック牛乳配送校>	果糖ぶどう糖液糖、砂糖、ココアパウダー、ぶどう糖、塩、香料、植物レシチン(大豆の成分を含む)	大豆
ミルメーク(コッペ) 【粉末タイプ】 <瓶牛乳配送校>	砂糖、ぶどう糖、ココア、塩、炭酸カルシウム、植物レシチン(大豆の成分を含む)、香料、ビタミンC、ビタミンB1、ビタミンB2	大豆
副食に使用する食品		
あ あじ松葉開きフライ	あじ、小麦粉、パン粉、塩、こしょう、加工でんぷん、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄	小麦
甘夏みかん缶	なつみかん、砂糖、酸味料	
あんず缶(Aコースのみ)	あんず、砂糖、乳酸カルシウム、ビタミンC	
イカカツ	いか、でんぷん、小麦粉、ドロマイト、なたね油、パーム油、砂糖、塩こうじ、酵母エキス、生パン粉(大豆の成分を含む)、ドライパン粉、大豆油、加工でんぷん、調味料、pH調整剤、膨張剤、増粘剤、ピロリン酸第二鉄	いか、小麦、大豆
いも団子	じゃがいも、じゃがいもでんぷん、塩、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄	
いわしおかか煮	いわし、砂糖、しょうゆ、みりん、でんぷん、かつお節、塩	小麦、大豆
か カリカリ梅	梅、しそ梅酢、塩	
ギョーザ(蒸し)	キャベツ、たまねぎ、にら、豚肉、鶏肉、豚脂、でんぷん加工食品、しょうゆ、塩、酵母エキス、砂糖、しょうがペースト、香辛料、小麦粉、小麦グルテン(大豆の成分を含む)、植物油(大豆の成分を含む)、でんぷん、大豆粉、ぶどう糖、加工でんぷん、炭酸カルシウム、トレハロース、調味料、ピロリン酸鉄、乳化剤、安定剤	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
国産ハバーグ	鶏肉、豚肉、たまねぎ、粒状植物性たんぱく(大豆の成分を含む)、難消化性デキストリン、でんぷん、粉末状植物性たんぱく(大豆の成分を含む)、果糖ぶどう糖液糖、ドロマイト、ぶどう糖加工品、ポークエキス、発酵調味料、塩、酵母エキス、加工油脂、チキンブイヨン、加工でんぷん、クエン酸鉄ナトリウム	鶏肉、豚肉、大豆
コチュジャン	みそ、砂糖、唐辛子、大豆油、塩、米麴、パプリカ、酒精、調味料	大豆
五目野菜肉だんご	鶏肉、パン粉(大豆の成分を含む)、ごぼう、たまねぎ、にんじん、キャベツ、でんぷん、ねぎ、砂糖、植物油、粉末状大豆たんぱく、しょうゆ、塩、おろししょうが、なたね油、みりん、増粘剤、かつお節エキス、カラメル色素、ごま油	小麦、大豆、鶏肉、ごま
こんにゃく麺	こんにゃく粉、かぼちゃ粉末、クチナシ色素、水酸化カルシウム	
さ さば缶	さば、塩	さば
カラダコシヤク	こんにゃく粉、にんじん粉末、パプリカ色素、こんにゃく用凝固剤、かぼちゃ粉末、クチナシ色素、水酸化カルシウム、青海苔粉末、クロレラ粉末	
さわら(下味)	さわら、しょうゆ、酒、みりん、三温糖、ゆず	小麦、大豆
さんま(でんぷん付)	さんま、でんぷん	
シャインマスカットゼリー	果糖ぶどう糖液糖、砂糖、ぶどう糖、ぶどう果汁、ゲル化剤、乳酸カルシウム、香料、酸味料、クエン酸鉄ナトリウム、ビタミンC、クチナシ色素	
シュレットチーズ	ナチュラルチーズ、セルロース	乳
(鎌)シヨルダーベーコン	豚肉、塩、砂糖、ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス	豚肉
た たけのこ(切)	たけのこ、pH調整剤	
つぼ漬	大根、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、アミノ酸液、酢、かつお節エキス、塩、カラメル色素、酸味料、酒精	
豆腐(凍)Fe添加	大豆、でんぷん、安定剤、凝固剤、ピロリン酸第二鉄	大豆
鶏もも肉(下味) <鶏の唐揚げ用>	鶏肉、しょうが、しょうゆ、酒	鶏肉、小麦、大豆
鶏もも肉(下味) <鶏肉の塩こうじ焼き用>	鶏肉、塩糀、酒、塩	鶏肉
な なめたけ	えのきたけ、しょうゆ、水あめ、砂糖、発酵調味料、酵母エキス、塩、こんぶエキス、魚醤、魚介エキス、pH調整剤、酸化防止剤	小麦、大豆
なると	魚肉すりみ(すけそうたら、イトヨリダイ、他)、じゃがいもでんぷん、塩、砂糖、着色料	
は 白菜キムチ漬	はくさい、たまねぎ、塩漬にんじん、砂糖、塩、りんご、にんにく、昆布エキス、しょうゆ、カツオエキス(さばの成分を含む)、しょうが、唐辛子、調味料、酸味料、香辛料抽出物、トウガラシ色素、ホップ抽出物、ショ糖脂肪酸エステル	りんご、小麦、大豆、さば
白桃缶	白桃、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、クエン酸、ビタミンC	もも
バター	生乳、塩	乳
豚レバー(下味)	豚肝臓、魚醤(アンチョビ、塩)	豚肉
ワナコト	豚肉、塩、砂糖、白こしょう、カルワイ、マスタード	豚肉
プレーンオムレツ	鶏卵、砂糖、大豆油、塩、酢、加工でんぷん、酸味料	卵、大豆
細切かまぼこ	魚肉すりみ(すけそうたら、他)、塩、砂糖、魚肉エキス、加工でんぷん	
細切たくあん	塩押し大根、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、発酵調味料、塩、酢、たんぱく加水分解物、梅酢	
ホワイトルウ	小麦粉、脱脂粉乳、ラード、ポークエキス、無塩バター、オニオンパウダー、ミルクベース、チーズパウダー、ぶどう糖、塩、砂糖、全脂粉乳、ホワイトペッパー	小麦、乳、豚肉
ま メンチカツ	豚肉、鶏肉、たまねぎ、パン粉、豚脂、砂糖、塩、酵母エキス、こしょう、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄、でんぷん、香辛料、植物繊維、加工でんぷん、増粘剤	豚肉、鶏肉、小麦
や 野菜入りソーセージ(切)	豚肉、鶏肉、豚脂肪、還元水あめ、水あめ、塩、かぼちゃペースト、とうもろこしペースト、にんじんペースト、大豆たんぱく、昆布エキス、しいたけエキス、酵母エキス、酢、ほうれん草、コラーゲン(豚肉の成分を含む)、鉄含有酵母、貝カルシウム、香辛料抽出物	豚肉、鶏肉、大豆
やさしいがら(乳小麦なし)	ショートニング、乾燥マッシュポテト、豆乳、おから、じゃがいも、たまねぎ、米粉、にんじん、スイートコーン、粉末水あめ、ほうれん草、水溶性食物繊維、植物油、ソデーオニオン、塩、砂糖、大豆粉、酵母エキス、香辛料、加工でんぷん、増粘剤、炭酸カルシウム、乳化剤、ピロリン酸第二鉄、安定剤	大豆
素材100%の食品		
	コーン・スト【とうもろこし】、生クリーム【生乳】	

☆ すべての海産物には「えび・かに・いか・たこ」が含まれる可能性があることをご承知おきください。
 ☆ 食品はあいうえお順になっています。
 ☆ 上記にはコンタミネーションに関する情報はありません。
 ☆ ご不明な点等ありましたら、給食センターまでご連絡ください。